

## — EXPERTENTIPP —

## Hinter den Geräuschen: Schnarchen verstehen

**Dr. Kurt Freudenschuss**Facharzt für Hals-, Nasen-  
und Ohrenheilkunde, Kopf-  
und Halschirurgie

**S**chnarchen betrifft viele Menschen und kann nicht nur Schlafpartner, sondern auch die Betroffenen selbst beeinträchtigen. Verursacht wird das Rasseln durch die Schlafposition, eine Erkältung, Alkohol oder Schlafmittel, Übergewicht oder anatomische Besonderheiten der Nase. Wenn das Schnarchen zu einem sozialen Problem wird oder wenn besorgniserregend oft Atemaussetzer auftreten, ist eine fachärztliche Abklärung angezeigt.

Bei der klinischen Anamnese wird Sie Ihre Fachärztin bzw. Ihr Facharzt nach den Schlafgewohnheiten, Symptomen und möglichen Auslösern fragen. Bei der anschließenden physischen Untersuchung nimmt sie bzw. er insbesondere den Hals- und Nasenbereich unter die Lupe, um mögliche Engstellen zu identifizieren. Sollte eine Schlafstudie notwendig werden, kann diese einerseits als ambulantes Schlafscreening durchgeführt werden (Sie erhalten ein Messgerät für zuhause, das eine Nacht lang Atmung, Herzfrequenz etc. aufzeichnet), andererseits im Schlaflabor, z. B. in der [Privatklinik Hochrum](#) - in einem der wenigen Schlaflabors in Tirol. Hier wird zusätzlich ein Video aufgezeichnet, das anschließend ausgewertet wird. Aufgrund der klinischen Diagnose gibt es nun eine Fülle von Maßnahmen, um dem Schnarchen beizukommen: vom einfachen Ändern der Schlafposition bis hin zu chirurgischen Interventionen.

Mehr zu diesem Thema erfahren Sie beim Expertengespräch am 29.2. um 19 Uhr in der Privatklinik Hochrum. Anmeldung erforderlich.

PRIVATKLINIK HOCHRUM  
SANATORIUM DER KREUZSCHWESTERN**Wählen Sie Ärzte Ihres Vertrauens.**